los pecados más diversos. Además la ley de la concupiscencia congénita se nos enquista en los miembros de la carne enfrentándose con la ley de nuestra razón, según está escrito (cfr. Rom 7, 23). Finalmente, los herejes que atacan los dogmas de la verdad. Por tanto, es necesario orar continuamente y los unos por los otros, pues, según está escrito, *"nuestras armas no son carnales, sino poderosas para Dios"* (2 Cor 10, 4). (Coment. Ev. de Lucas, 11: PG 72, 696-7).

9. Enseña a los discípulos algo muy oportuno cuando les dice: *"Orad para que no caigáis en la tentación"* (Lc 20, 40). A continuación, para ayudarles no sólo con palabras, sino también con el ejemplo, se apartó un poco y se puso a orar hincado de rodillas (...). Oró para que aprendiéramos que en las tentaciones no hay que dormirse, sino intensificar aún más la oración. En estos casos enfrentarse directamente contra el enemigo es audacia estúpida, pero combinar la confianza con la paciencia es un buen método (Coment. al Ev. de Lucas, 20: PG 72, 921).

10. Cristo manda que oremos de modo conciso (cfr. Mt 6, 7), pues sabe que nuestra mente tiende a divagar y que se distrae con pensamientos e imaginaciones vanas, sobre todo en el tiempo de la oración. Por eso manda rezar a Dios con moderación de palabras y sin darle vueltas; sin mencionar todo lo que se necesita, ya que esto sería una gran tontería, pues Dios sabe lo que necesitamos antes de pedírselo. Esta palabrería se dice en griego "batología" y proviene de un griego llamado Batos, que hizo a los ídolos largos himnos de muchos versos y con repetición de palabras. La "batología" va contra la belleza del lenguaje (Comentario al Ev. de Mateo, 6 (PG 72; 382).

¿Qué hace en nosotros la Eucaristía?

11. —Creedme, ella no solamente arroja fuera de nosotros la muerte, sino que nos libra de todas las enfermedades (espirituales). Como Jesucristo vive en nosotros, mitiga la ley cruel de nuestros miembros (Rom. 7, 23); da fuerza a la piedad y des-

truye las turbaciones del espíritu; ya no considera nuestros pecados, pero cura las enfermedades; cierra las llagas de los heridos y, como buen Pastor que da la vida por sus ovejas, nos libra de toda especie de peligros (Com. in Joan. lib. 4. c. 7).

Cuando Jesucristo está en nosotros, duerme, digámoslo así, la cruel ley de la carne que esté en nuestros miembros, despierta y se aviva la piedad y amor de Dios; amortigua las pasiones borrando las faltas en que hemos incurrido sanándonos como a enfermos (Ibíd).

Así como aquel que junta una masa de cera con otra, ya no ve sino una sola; así me parece que el que recibe el cuerpo de nuestro Salvador, y bebe su preciosa sangre se hace uno con El, como el mismo Señor lo dijo; porque en cierta manera queda mezclado en El y con El por esta participación; de suerte que Jesucristo se halla en él y él en Jesucristo (Ibíd).

¡Dichoso el hombre que persevera en la oración, que prolonga sus ayunos y siente alegría en las vigilias, que resiste al sueño, que dobla las rodillas para cantar las divinas alabanzas; que hiere su pecho, marchita su rostro y levanta las manos a Dios, mira muchas veces al cielo y piensa continuamente en el Señor! (Orac. de exitu animi).

12. Poco después que Cristo se sacrificó por nosotros, fue reprimida la muerte y destruida la causa de perdición, puesto que Dios omnipotente tiene preparados sus oídos para escuchar las oraciones de todos los hombres. Por eso dice: *Cuando aún estés hablando, te responderé...* (Is. 59, 9) MG 68, 288.

María es mediadora de todas las gracias

13. Salve, oh Madre de Dios, María, verdadero tesoro de todo el orbe, por cuyo medio se administra el santo bautismo a los creyentes, por cuyo medio tenemos el óleo de la alegría, por cuyo medio han sido fundadas en todo el mundo las iglesias; por cuyo medio son conducidas las gentes a la penitencia...

Por Ti, oh Virgen, predicaron los Apóstoles a las naciones; por Ti la santa cruz es adorada y celebrada en todo el universo;

por Ti toda criatura aprisionada en los errores de la idolatría es llevada al conocimiento de la verdad. ¡Salve, oh María, Madre de Dios, por medio de la cual se salva toda alma fiel! (Hom. 4 Contra Nestorium).

SAN NILO (m. 450)

San Nilo de Constantinopla fue discípulo de San Juan Crisóstomo. Estuvo casado con una santa mujer, siendo gobernador de Constantinopla, cargo que abandonó de acuerdo con su mujer, retirándose ella a un monasterio y él junto con su hijo San Teódulo fueron al Sinaí, donde en compañía de otros solitarios, hicieron vida de perfección. Sus contemporáneos lo consideraron como un Padre de la Iglesia (PG 79).

1. No dará Dios la perseverancia sino a quien se la pida con perseverante oración *(De Orac.).*

2. Una de las cosas por la que mejor se ve la importancia de la oración es por la ojeriza que el demonio le tiene y en la continua guerra que le hace (Citado por el P. Rodríguez en Ejercicio de Perfección).

3. Toda la guerra que nos hacen los demonios, no es sobre otra cosa, sino sobre que no hagamos oración, porque ella le resulta a ellos grandemente perjudicial y odiosa *(De Oratione, 49).*

4. El que ama a Dios siempre procura tratar y conversar con El como con Padre amoroso, dando de mano a todas las demás cosas que le puedan inquietar *(De Oratione, 51).*

5. Sólo podrás ser verdadero teólogo si oras bien (Ibíd. 57).

6. El Espíritu Santo, condoliéndose de nuestra flaqueza y miseria, no deja de visitarnos aunque no estemos del todo limpios de culpas; y, si hallare el alma sola, metida en la oración, entra en ella y le quita todo género de pensamientos, incitándola más al amor de la oración espiritual (Ibíd., 59).

7. En la oración no pidas que se haga tu voluntad, porque no siempre es conforme con la de Dios; mas tu oración sea como el Señor te enseñó, pidiendo que haga su voluntad en ti y en todas las cosas...; porque todo lo que quiere es bueno y para nuestro provecho, y tú no siempre quieres eso (Ibíd., 29).

8. Si no puedes orar en el silencio del corazón y sin pensamientos (importunos) y si ves que éstos proliferan en tu espíritu, no pierdas el ánimo por ello y mantente en la oración. *San Gregorio el Sinaíta,* sabiendo perfectamente que nosotros pecadores no podemos vencer los pensamientos diabólicos, dijo:

"Ningún principiante guardará su espíritu ni alejará los pensamientos si Dios mismo no lo guarda y rechaza sus pensamientos. Solamente los fuertes y los que han progresado mucho en la actividad espiritual son aptos para guardar su espíritu y rechazar los pensamientos; y no los rechazan por sus propias fuerzas, sino que combaten al lado de Dios, revestidos y armados con su gracia".

Así que tú, después de haber visto la impureza de los espíritus malignos, es decir, la impureza de los pensamientos que se desarrollan en tu espíritu, no te asustes ni te perturbes. Y aunque sean pensamientos buenos en apariencia, no les prestes atención, sino en tanto en cuanto puedas retén tu respiración y cierra tu espíritu y tu corazón; y a modo de armas, invoca a menudo y asiduamente al Señor Jesús. Y todos los pensamientos, quemándose en el nombre del Señor Jesús, como en el fuego, huirán invisiblemente.

9. Si después de esto los pensamientos no cesan de invadirte y de enfriarte, levántate y reza con ellos tomándolos como tema de oración y enseguida continúa con tu primera tarea que es recurrir al nombre de Jesús encerrando el espíritu en el cora-

zón. Pero cuando los pensamientos, aun después de las oraciones dichas a causa de ellos, atacan sin vergüenza de modo que resulta imposible guardar el corazón con el espíritu, entonces debes ponerte a pronunciar la oración con los labios y a pronunciarla sin descanso, largo tiempo, fuerte y pacientemente. Si te cansas, llama a Dios en tu ayuda, concéntrate con todas tus fuerzas y no dejes tu oración. Y todo aquello desaparecerá pronto con la ayuda de Dios. En fin, cuando el espíritu se apacigüe y se libere del ataque de los pensamientos, presta de nuevo atención a tu corazón, desarrollando la oración del corazón y del espíritu; porque los ejercicios y los trabajos de la virtud son muy diversos, pero respecto a esta sobriedad no son más que detalles secundarios. La oración del corazón es la fuente de todo bien. Como el agua riega los jardines, así la oración riega el alma, dice Gregorio el Sinaíta. Bienaventurado el hombre que ha comprendido los escritos de todos los padres pneumatóforos y que, siguiéndolos, decide entregarse atentamente a la oración, desechando de ella todo pensamiento, no solo el malo, sino también el que tiene apariencia de bien, y de esa manera alcanza el silencio perfecto incluso en el pensamiento, porque la oración se sitúa en la cima de la ascesis.

10. "La vida de silencio es buscar al Señor en el corazón, es decir, guardar el corazón en el espíritu durante la oración y estar ocupado en esto solo", dice Simeón el Nuevo Teólogo.

11. La guarda del espíritu en el corazón, una vez alejados todos los pensamientos, es una obra muy difícil hasta que no se adquiere el hábito, no solo para los principiantes, sino también para todos aquellos que, a pesar de un largo esfuerzo, todavía no han conseguido ni sentido en su corazón la dulzura plena de la gracia de la oración.

Se sabe por experiencia que el ejercicio de la oración en espíritu es una ascesis grande y dura. Pero el que ha obtenido la gracia, reza sin esfuerzo y con amor. "Cuando la oración ejerce su influencia, recoge el espíritu perfectamente en sí mismo, lo suaviza y lo libera de toda esclavitud", dice San Gregorio el Sinaíta.

Por eso es preciso permanecer pacientemente en la oración todo el tiempo posible, olvidándose de todos los pensamientos y no levantarse antes de tiempo para la salmodia.

12. "Que tu meditación sea paciente, según la palabra del Apóstol: 'sed perseverantes en la oración' (Col. 4, 2) y no te levantes demasiado aprisa, aunque sientas el dolor del sufrimiento y la fatiga mental. Ante el gemido y el llanto interior recuerda la palabra profética: "Cuando vienen los dolores del parto, ella sufre" (Jer 6, 24). San Efrén nos enseña esto: "Aguanta pacientemente el dolor y pasarás lejos de los vanos dolores del sufrimiento". Lo mismo Gregorio Sinaíta nos pide permanecer un buen tiempo en la oración: tras haber inclinado la cabeza y el cuello, pidiendo con fervor la ayuda del Señor Jesús, estando agachado, el espíritu recogido en el corazón y a la vez abierto; cita como prueba la palabra del Señor: "¡Qué difícil es conseguir el Reino de los Cielos! solo los violentos lo arrebatan" (Mt 11, 12). Según el comentario de Gregorio, con las palabras "difícil" y "violentos" el Señor entiende un esfuerzo extremo y un trabajo doloroso (Regla, 2).

13. Si queremos ocuparnos asiduamente en la obra de Dios, alejémonos todo lo posible de la vanidad de este mundo, trabajemos en exterminar las pasiones, guardemos nuestro corazón de los pensamientos malos y cumplamos en todo los mandamientos de Dios. Pero para guardar nuestro corazón hay que tener siempre la oración. En esto consiste el primer grado del crecimiento monástico y sin esto es imposible hacer morir las pasiones, dice Simeón el Nuevo Teólogo (Ibíd., 2).

SAN PEDRO CRISOLOGO Dr. (m. 450)

San Pedro, por sobrenombre Crisólogo *(boca de oro), llamado así por la brillante elocuencia que le adornaba, nació hacia el año 380 en Imola de Italia, cerca de Ravena, de donde*

después fue Arzobispo. Todos sus sermones los preparaba con gran esmero: los escribía cuidadosamente, los estudiaba y se los aprendía. Por ello sus sermones son tan importantes, y por ellos el Papa Benedicto XIII en 1720 le concedió el título de "Doctor de la Iglesia" (PL 52).

1. Dijo el Señor: *"No juzguéis, y no seréis juzgados; no condenéis, y no seréis condenados. Perdonad, y seréis perdonados"* (Lc. 6, 37). Como si dijera: "Si espera alcanzar misericordia, que él también la tenga", si espera piedad, que él también la practique; si espera *con su oración* obtener favores de Dios, que él también sea generoso. Es un mal solicitante el que espera obtener para sí lo que él niega a los demás...

Quien desea ser escuchado en sus oracioanes, que escuche también él al que le pide, pues quien no cierra sus oídos a las peticiones del que le suplica, abre los de Dios a sus propias peticiones (Sermón 43).

2. Cristo enseñó a orar brevemente, y desea otorgar rápidamente lo que se le pide. ¿Y qué no dará a los que le piden, quien se dio a sí mismo a los que no se lo pedían?

— Cuando decimos "santificado sea tu nombre", pedimos que lo que es santo por sí mismo, sea santificado en nosotros. Pues el nombre de Dios, o es honrado por nuestros actos o es blasfemado por nuestros actos.

— Pedimos que venga su reino. Dios reina siempre. Ahora pedimos que reine en nosotros, para que también nosotros podamos reinar con él. Pedimos que, reinando Dios, el diablo se someta, el pecado desaparezca, muera la muerte, la cautividad sea vencida, para que nosotros vivamos eternamente.

— Pedimos que se haga su voluntad para que Dios lo sea todo en todas las cosas.

— Pedimos que nos dé el pan de cada día, el pan que es él mismo, "sembrado" en la Virgen, fermentado en la carne, amasado en la pasión, cocido en el horno del sepulcro, reservado en la Iglesia, ofrecido en el altar.

— Pedimos que se nos perdonen nuestros pecados... Si quieres que se te perdone siempre, perdona siempre. Cuanto quieres que se te perdone, tanto perdona. Cuantas veces quieres que se te perdone, otras tantas perdona. Quieres que se te perdone todo, perdona todo. Perdonando a otros, te perdonas a ti mismo.

— Si toda la vida es tentación, pedimos al Señor que no nos deje solos, que su piedad nos obligue y en la senda de la vida nos proteja.

— Le pedimos que nos libre del diablo, de quien viene todo mal...

— Pedimos que venga el reino de Dios. Pero si ya está dentro de nosotros, ¿por qué pedimos que venga? Está en la fe, en la esperanza, en la expectación, pero rezamos que venga en la realidad. Pedimos que reine en nosotros para que no reine en nosotros la muerte ni el pecado...

— Ahora se hacen muchas cosas en la tierra según la voluntad del diablo, según la maldad del siglo, según el deseo de la carne. Pero en el cielo nada se hace fuera de la voluntad de Dios. Pedimos, pues, que muerto el diablo, renovado el mundo, cambiado el cuerpo, destruido el imperio de la muerte, y abolido el demonio del pecado, se cumpla la divina voluntad en el cielo y en la tierra...

— Hermanos carísimos: el que os concedió creer, él mismo os enseñó a orar, y toda la forma de pedir la resumió en pocas palabras. Porque cuando pide al padre, el hijo no se esfuerza en muchas palabras, porque como la necesidad obliga al hijo a pedir, así la caridad urge al padre a dar (In Oratione Dominicam, PL 52, 390-401).

3. Que el perfume de tu oración suba (a Dios) constantemente como incienso... Procura ser tú mismo el sacrificio y el sacerdote de Dios. No desprecies lo que el poder de Dios te ha dado y concedido. Revístete con la túnica de la santidad; que la castidad sea tu ceñidor; que Cristo sea el casco de tu cabeza; que la cruz defienda tu frente; que en tu pecho more el conocimiento de los misterios de Dios; que tu oración arda continuamente

como perfume de incienso; toma en tus manos la espada del Espíritu, haz de tu corazón un altar, y, así, afianzado en Dios, presenta al Señor tu sacrificio (Serm. 108. PL 52, 500).

4. Es importante acompañar a la oración con el ayuno y la misericordia. Hay tres cosas por las que se mantiene la fe, se afianza el fervor y se conserva la virtud: la oración, el ayuno, la misericordia. Porque la oración llama, el ayuno solicita, la misericordia recibe. La oración, la misericordia y el ayuno constituyen una unidad y se dan vida mutuamente.

El ayuno es el alma de la oración, la misericordia es la vida del ayuno. Nadie disgregue estas tres cosas, pues son inseparables. Quien tiene sólo una de ellas o quien no tiene las tres a la vez, no tiene ninguna. Por lo tanto, el que ora, ayune; el que ayuna, que sea misericordioso; escuche al que pide quien desea ser escuchado en sus peticiones. Abre para sí el oído de Dios quien no cierra su oído al que le suplica.

El que ayuna comprenda qué es el ayuno; comprenda al que tiene hambre quien desea que Dios tenga en cuenta su ayuno; sea misericordioso el que espera obtener misericordia; el que espera compasión, sea compasivo; dé limosna a los demás el que quiera recibirla de Dios. Es un malvado el que niega a los otros lo que pide para sí.

5. Sé tú mismo la medida de la misericordia que recibirás; en el modo y medida, y con la prontitud con que desees recibir misericordia, sé tú misericordioso con los demás.

Por lo tanto que la oración, la misericordia y el ayuno sean como una intercesión a Dios por nosotros, un abogado que defienda nuestra causa, una triple oración en favor nuestro.

Obtengamos por nuestros ayunos lo que perdimos por desprecio; por nuestros ayunos ofrezcamos nuestras almas, porque nada más agradable podemos ofrecer a Dios, como lo atestigua el Profeta cuando dice: "*Mi sacrificio es un espíritu contrito; Dios no desprecia el corazón contrito y humillado*".

Ofrece a Dios tu alma, y ofrece la ofrenda del ayuno para que sea una hostia pura, un sacrificio santo, una víctima viva que permanezca para ti y sea dada a Dios. Quien no diera esto a

Dios, no tendría excusa porque al que debe darse a sí mismo, nunca han de faltarle bienes para dar.

Pero para que estas ofrendas sean aceptadas deben estar acompañadas por la misericordia; el ayuno no germina si no es regado por la misericordia, el ayuno se seca cuando hay sequía de misericordia; lo que la lluvia para la tierra lo es la misericordia para el ayuno. Aunque se cultive el corazón, se purifique la carne, se arranquen los vicios, se siembren las virtudes, si falta la lluvia de la misericordia, el que ayuna no recogerá ningún fruto.

Escucha, tú que ayunas: tu campo ayuna cuando está ayuno de misericordia; lo que derramas en la misericordia lo cosechas para tu granero. Por lo tanto recoge dando, para no perder guardando; date a ti mismo, dando al pobre; porque lo que no das a otros no lo tendrás para ti (Serm. 43).

SAN LEON I MAGNO (m. 461)

San León I Magno gobernó la Iglesia 21 años, desde el 440 al 461. Mereció el título de "magno" que a pocos Papas se le ha dado. Ocupó la sede de Roma en uno de los momentos más cruciales de la historia y se hubo de imponer con vigor para defender la ortodoxia tradicional (PL 54-56).

1. Cuando el Señor dice a sus discípulos: "*Sin mí nada podéis hacer*" (Jn. 15, 5), quiere decir el Señor que, el hombre que hace el bien, consigue de Dios, por la oración, tanto el deseo como la realización de la obra (PL, 54, 261).

2. Si el hombre experimenta algo imposible o difícil en el cumplimiento de los mandamientos, no se quede en sí mismo, sino recurra al Legislador, que a la vez que le impone el precepto, le excita el deseo y le presta el auxilio necesario, como dice el profeta: "*Encomienda a Dios tus afanes, que El te sustentará*" (Sal. 54, 23) (PL, 54, 281).

3. Pues, ¿hay acaso alguien tan insensato, o presume ser tan invulnerable e inmaculado que no necesite de ninguna purificación? Sería una falsa presunción, y es un pobre vanidoso el que, entre las tentaciones de esta vida, se cree inmune de toda herida (Ibíd.)

4. El mismo Señor suplica al Padre: *"Padre, si es posible, pase de mí este cáliz; pero no se haga mi voluntad, sino la tuya" (Mt. 26, 39).* La primera petición es de debilidad, la segunda de fortaleza. Así, pues, la voluntad inferior se sometió a la superior, y de este modo se demostró lo que puede pedir el enfermo y lo que puede conceder el médico. Aprendan, pues, esta disponibilidad todos los hijos de la Iglesia, y cuando se presente una tentación difícil, usen la poderosa ayuda de la oración, para que, superado el miedo, acepten la cruz *(PL, 54, 327 y 336 B).*

5. Hay tres cosas que pertenecen especialmente al campo religioso: la oración, el ayuno y la limosna. Con la oración se busca tener a Dios propicio, con el ayuno se modera la concupiscencia, con la limosna se redimen los pecados, y a la vez, por las tres cosas, se renueva en nosotros la imagen de Dios. Esta triple observancia abarca los efectos de todas las virtudes, porque en la oración se consolida la fe, en los ayunos la vida inocente, y en la limosna la generosidad *(PL, 54, 171 C).*

6. Toda vuestra vida está inmersa en tentaciones y peligros. Si no queremos ser engañados, hay que vigilar. Si queremos vencer, hay que luchar. Por eso el sapientísimo Salomón, dice: *"Hijo mío, si te das al servicio de Dios, prepara tu alma para la tentación (Ecli. 2, 1) (PL, 54, 264).*

7. Reconoce, cristiano, tu dignidad, y, puesto que has sido hecho partícipe de la naturaleza divina, no pienses en volver con un comportamiento indigno a las antiguas vilezas. Piensa de qué cabeza y de qué cuerpo eres miembro. No olvides que fuiste liberado del poder de las tinieblas y trasladado a la luz y al reino de Dios *(PL, 54, 192).*

8. El hombre, hecho a imagen y semejanza de su Creador, recibe el precepto de imitar la santidad de Dios mismo, y el medio de cumplirlo, que es: pedir el auxilio de quien se lo manda cumplir *(PL 54, 303 y 459).*

9. Todo el que experimente lo arduo de la enmienda y la reforma de sí, que recurra a la clemencia y al auxilio de Dios pidiéndole que rompa en él las ataduras de la mala costumbre, El *que sostiene a los que caen y levanta a los humillados* (Sal. 6, 6). La oración del que suplica no será vana, pues Dios, que es misericordioso, *satisface los deseos de los que le temen* (Ibíd., 19). El dará lo que le pida a quien le ha otorgado el poder de pedir *(Hom. 6 sob. Epif.).*

10. La oración tiene suma eficacia si va acompañada de las obras..., según dijo el mismo Señor: *Sed misericordiosos, porque vuestro Padre es misericordioso; perdonad y se os perdonará* (Lc. 6, 36-37). ¿Qué hay más benigno que esta justicia? ¿Qué hay más clemente que esta retribución, donde la sentencia del que ha de juzgar se pone en las manos del que ha de ser juzgado. Dice el Señor: "*Dad y se os dará*" ¡No podemos desconfiar de recibir lo que la verdad promete que ha de dar! *(Hom. 6 mes de Dic.).*

11. *Todas las virtudes están compendiadas en el ayuno, la oración y la limosna.*—Tres cosas pertenecen principalmente a las acciones religiosas: la oración, el ayuno y la limosna, que se han de realizar en todo tiempo... Pues por la oración se busca la propiación de Dios, por el ayuno se apaga la concupiscencia de la carne y por la limosna se perdonan los pecados (Dan. 4, 24).

12. Al mismo tiempo, por todas estas cosas se restaura en nosotros la imagen de Dios si siempre estamos preparados para la alabanza divina, si somos incesantemente solícitos para nuestra purificación, y si constantemente procuramos la sustentación del prójimo. Esta triple observancia, amadísimos, sintetiza los efectos de todas las virtudes, nos hace llegar a la imagen y semejanza de Dios y nos hace inseparables del Espíritu Santo.

Porque en las oraciones permanece la fe recta; en los ayunos, la vida inocente, y en las limosnas, la benignidad *(Hom. 2 mes de Dic.)*.

Eficacia de la oración unánime de toda la Iglesia

13. *Dijo el Señor: Os aseguro que, si dos de vosotros os unieseis acá en la tierra para pedir algo, sea lo que fuere, os será otorgado por mi Padre que está en los cielos. Porque donde se hallen dos o tres congregados en mi nombre, allí estoy yo en medio de ellos (Mt. 18, 19-20).*

Pues si el Señor ha prometido conceder todo lo que pidan dos o tres que se unan con santo y piadoso consentimiento, ¿qué podría negar a la congregación de tantos miles que realizan una misma observancia y que suplican concordemente con un mismo espíritu?

Grande es, ante el Señor, amadísimos, y sumamente precioso, cuando todo el pueblo de Cristo participa junto en los mismos oficios y todos los grados y órdenes de ambos sexos colaboran con el mismo efecto; cuando todos con un mismo criterio se apartan del mal y hacen el bien, y cuando Dios es glorificado en las obras de sus siervos y en muchas acciones de gracias se bendice al autor de toda piedad... (Hom. 3.ª Temp. Otoño).

14. Las obras públicas de piedad y practicadas por toda la comunidad de los fieles, son más santas y de mayor mérito que las que cada uno realiza en particular..., la fuerza del pueblo de Dios se multiplica cuando todos los corazones de los fieles se juntan y cuando la Iglesia universal une sus plegarias y sus obras (cf. La perfectión chretienne d'apres Saint Léon. G. Hudon). (1)

15. Nosotros que sin la ayuda de Dios no podemos nada, pidámosle que nos conduzca y apoye, para que con El tengamos la fuerza que necesitamos par hacera lo que está mandado; porque, si se manda, es para que busquemos ayuda en el que manda. Y nadie se excuse con pretexto de debilidad, puesto que El, que ha dado el querer, da también el poder (Sermones de la cuaresma. PL 54).

16. Nosotros no sabemos lo que debemos pedir a Dios. A veces nos conviene que no nos suceda lo que deseamos. Dios es justo y como su bondad es infinita, por un efecto de su misericordia (a veces) nos niega lo que sin duda nos habría de perjudicar (Sermón 54).

17. *"Nosotros no sabemos lo que debemos pedir a Dios"* (Rom. 8). Algunas veces nos conviene que no suceda lo que deseamos. Dios es justo y su bondad es infinita. Por un efecto de su misericordia nos niega lo que sin duda nos había de perjudicar (Serm. 56, c. 2).

18. *"Padre mío, si este cáliz no puede pasar sin que Yo lo beba, hágase tu voluntad".* Estas palabras de nuestra Cabeza son la salud de todo el cuerpo y la instrucción de todos los fieles... Aprendan esta lección los que fueron rescatados con tan subido precio, y recurran a la oración eficaz para vencer los temores y sufrir con paciencia los trabajos (Ibíd.)

19. Conozca el hombre la dignidad de su ser y entienda que está hecho a imagen y semejanza de su Creador: no se asuste tanto con las miserias en que cayó por aquel grandísimo y común pecado, que no aspire a la misericordia de su Redentor; pues éste dice: *"Sed santos, supuesto que Yo soy Santo";* esto es: amadme y absteneos de lo que me desagrada. Haced lo que Yo quiero y quered lo que Yo hago. Cuando os parezca difícil lo que mando, acudid al que os lo manda, para que de donde salió el precepto os venga el auxilio. No negaré el socorro, Yo que di la voluntad (Serm. 94. c. 2).

(1) Es importantísima la doctrina de San León sobre el sentido comunitario de la liturgia y las ventajas de la oración oficial de la Iglesia sobre la oración privada. Convendría profundizar más en esto para comprender lo mal que lo hacen quienes de forma individualista y sin la debida autorización celebran los cultos un tanto caprichosamente sin atenerse a las normas establecidas.

SAN DIADOCO DE FOTICE (m. 475)

San Diadoco de Fotice, obispo, es autor de cien capítulos sobre la perfección espiritual y un sermón sobre la Ascención (PG 65).

1. Todos los dones divinos son preciosos..., pero ninguno inflama nuestros corazones y nos lleva a amar al Dios de toda bondad como el don de la teología (o altísima contemplación que se adquiere por la oración)...

Este don nos hace renunciar gustosos a todas las amistades del siglo, despreciar las cosas transitorias y apreciar más de lo que puede decirse los tesoros de la palabra divina. El ilustra nuestras inteligencias y cambia, por decirlo así, la naturaleza de nuestras almas, comunicándoles propiedades angélicas. Este es el don que debemos desear y al cual debemos disponernos. Es un don admirable; por él nos elevamos a la contemplación universal, quedamos libres de toda solicitud y llenos de los secretos *celestiales*, brillantes luces, y nuestro espíritu se alimenta de la palabra divina. Por él, en suma, entra el alma en la unión inseparable con el Verbo de Dios *(De Perfect. spirituali. c. 67).*

2. Al principio de la vida espiritual, el Espíritu Santo concede al alma grandes luces y consuelos, queriendo darle una idea de las recompensas reservadas a sus trabajos. Pero luego le oculta esos favores a fin de que el alma se funde en la humildad. Debe, pues, perseverar en sus esfuerzos y luchas hasta llegar a la paz perfecta y a la plenitud de los gustos divinos, pues éstos no se conceden sino a las almas que luchan como los mártires y perfectos confesores. Esto está reservado para los que van avanzando hacia la perfección (por la ascesis de la oración) para quienes lo humano ha quedado reemplazado por lo divino *(Ibíd. 90).*

3. A toda contemplación espiritual han de preceder como guías la fe, la esperanza y la caridad, pero ante todo la caridad; pues la fe y la esperanza enseñan a relativizar las cosas visibles, mientras que la caridad une al alma con las Potencias mismas de

Dios, contemplando como con un cierto sentido de la mente a Aquel que es invisible (Ibíd., c. 1: PG 65, 1167).

4. Cuando hablamos de sentido de la mente, nadie espere que va a ver la gloria de Dios con sus ojos; se refiere a que cuando uno tiene el alma purificada, siente cierto gusto de los consuelos divinos que no puede explicar, pero no que le aparezca nada de modo visible, pues ahora caminamos en fe y no en visión, como dice San Pablo (2 Cor 5, 7). Por tanto, si a alguno de los que están luchando en esta vida se les aparece una luz o figura semejante al fuego, que no se fíe de tal visión, pues es un engaño manifiesto del enemigo; esto ha engañado a muchos que por ignorancia se apartaron del camino de la verdad. Sabemos que mientras estamos en esta vida mortal no podemos ver con los ojos del cuerpo nada de las maravillas celestes de Dios (Cap. 36: PG 65, 1178).

5. Cuando la ira conmueve al alma o la niebla de la embriaguez la oscurece o le afecta una grave angustia, no puede la mente retener el recuerdo del Señor, aunque el alma se esfuerce en ello. En efecto, si la mente está totalmente obnubilada por turbaciones vehementes, pierde su sentido, porque no puede imprimir su sello, tal como desearía, para no olvidar lo que medita, ya que su memoria se ha quedado como cera endurecida por la fiereza de las turbaciones. Pero si está libre de turbaciones, aunque el olvido vaya poco a poco y calladamente arrabatándole al alma la memoria, sin embargo la mente con su propia habilidad y ardor recupera ese tesoro tan útil y tan deseable. Pues entonces viene en su apoyo la misma gracia divina que juntamente con el alma repite y llama "Señor Jesús". Es como la madre, que enseña al hijo el nombre del padre repitiéndolo con él hasta que lo acostumbra al nombre y el niño que está aprendiendo a hablar aun dormido llama al padre con balbuceos de niño distinguiéndolo claramente de cualquier otro. Por eso dice el Apóstol: "*De igual manera el Espíritu viene en ayuda de nuestra flaqueza, pues nosotros no sabemos orar como conviene, mas el Espíritu mismo intercede por nosotros con gemidos inefables*" (Rom 8, 26).

Puesto que respecto a la perfección de la virtud de orar somos como niños, necesitamos de su ayuda absolutamente para que su dulzura, que es mayor de lo que se puede decir, penetre todos nuestros pensamientos y los llene de suavidad y así nuestro afecto se excite en el recuerdo y amor de Dios. Por tanto, como dice el mismo Pablo, en el Espíritu invocamos a Dios como Padre y El nos hace capaces de llamar sin interrupción "Abba, Padre" (Rom. 8, 15) (cap. 61: PG 65, 1186-7).

6. Nuestra mente tiene dificultad para la oración porque la virtud de orar es angosta y estrecha, mientras que se entrega con agrado a la "teología" porque la contemplación de las cosas divinas es amplia y holgada. Para que no le demos rienda suelta y se deleite en hablar mucho y no le permitamos que se entusiasme de forma inmoderada, hemos de ocuparnos a menudo en la oración, en el canto de salmos y en la lectura de las Sagradas Escrituras, sin olvidar los comentarios de autores entendidos, cuya fe se descubre en sus escritos. Si esto hacemos, no damos ocasión a la mente de que mezcle sus propias palabras con las palabras de la Gracia o que se deje llevar de la vanagloria empujada por el exceso de entusiasmo o locuacidad. Más aún, incluso cuando estamos en contemplación hemos de mantener la mente libre de toda fantasía y proponerle casi siempre pensamientos capaces de excitar las lágrimas. Así, la mente fortalecida en esos ejercicios pacíficos y cautivada por la dulzura de la oración, no sólo se libera de los vicios mencionados, sino que renueva sus fuerzas para orientarlas con rapidez y sin fatiga a contemplar las cosas divinas, a la vez que avanza con humildad en la contemplación y penetración de las mismas. Hay que advertir, sin embargo, que la oración de los que están llenos de la gracia divina en todo sentido y plenitud no es estrecha, sino amplia sobremanera (cap. 68: PG 65, 1191).

7. Cuanto más abunda el alma en sus frutos naturales, con mayores voces canta salmos y más deseos tiene de orar vocalmente. Pero cuando obra en ella el Espíritu Santo, entonces canta con toda suavidad y dulzura y ora sólo en el corazón. Pero

cuando le ocurre lo primero le parece que se encuentra alegre, mientras que en la otra situación le vienen lágrimas espirituales y después un deleite del alma callado y silencioso. Pues cuando la memoria se mantiene fervorosa sabiendo controlar las palabras, hace que el corazón produzca pensamientos tiernos y lagrimosos. Por tanto, la contemplación consiste en sembrar en la tierra del corazón la semilla de la oración con lágrimas, con la esperanza de cosechar gozo. Sin embargo, cuando sentimos mucha tristeza, nos conviene cantar salmos en voz baja emitiendo sonidos del alma con alegría esperanzada hasta que la brisa de la canción disipe aquella densa niebla (cap. 73: PG 65, 1193).

8. La ciencia es fruto de la oración... y la sabiduría es el fruto de la humilde meditación de la palabra de Dios, y sobre todo, de la gracia del Dispensador, Cristo... Si su Divinidad no ilumina (por la oración) los tesoros de nuestro corazón, es imposible que podamos gozarlos con un sentimiento indecible y total disposición... Purificándonos con la ardiente oración, entraremos en posesión del objeto deseado, gracias a Dios, con una experiencia más plena (Sobre la perfección en el espíritu).

9. Este debe ser el único ejercicio y su ininterrumpida aspiración. Cuando uno quiere preservarse de la corrupción, debe orar en todo momento; incluso fuera de las horas de oración hay que orar siempre y tener el espíritu recogido.

El que quiere purificar mineral de oro, no debe dejar apagar en ningún momento el fuego dentro del horno de fusión, porque el material conservaría su dureza. Lo mismo el que de pronto se acuerda de Dios y de pronto lo olvida, perderá por la interrupción lo que había alcanzado por la oración.

La persona que ama la virtud es la que no cesa de alejar de su corazón, por el recuerdo de Dios, las escorias terrestres, a fin de que el mal se consuma lentamente al recuerdo del bien y el alma alcance su esplendor natural y glorioso (Textos de Espiritualidad Oriental. Patmos).

SAN FAUSTO OBISPO DE RIEZ (m. 493)

Este Santo Padre fue monje, abad de Lerins y obispo de Riez. Compuso varios tratados importantes (PL 30).

Dios, que es todopoderoso con su Palabra, ¿no ha dado ese mismo poder al hombre mediante la oración?

Así, pues, como todo el que viene a la fe de Cristo, antes de las palabras del bautismo, todavía está encadenado por la antigua culpa, pero, una vez pronunciadas éstas, al punto queda despojado de toda la hez del pecado, de la misma manera, cuando estas creaturas (el pan y el vino), son colocadas sobre los santos altares para ser bendecidas con las palabras celestiales, antes de que sean consagradas con la invocación de su nombre, está allí la sustancia del pan y el vino; pero después de las palabras de (la consagración), está el Cuerpo y Sangre de Cristo.

¿Por qué, pues, nos maravillamos de que Dios pueda convertir con la palabra las cosas creadas, cuando sabemos que con ella pudo crearlas? Más aún: menor milagro parece que lo que manifiestamente ha creado de la nada, una vez creado, pueda transformarlo en mejor. Imagina qué cosa le puede ser difícil a aquel a quien le fue fácil modelar de la materia del barro al hombre, revestirle, además, de la imagen de su divinidad; a quién es fácil hacerle volver de nuevo del reino de la muerte, rehabilitarle de su perdición, levantarle del polvo de la tierra, subirle hasta el cielo y de hombre hacerle ángel, volver al cuerpo humano semejante al cuerpo de su esplendor y sublimar su hechura hasta el consorcio de su reino, para que el que había tomado el cuerpo de nuestra fragilidad, nos asocie al cuerpo de su inmortalidad, a la cual gloriosa resurrección dígnese prepararnos con buenas obras aquel que vive por los siglos de los siglos. Amén...

Sus holocaustos, son, sin duda, los misterios de las oraciones y de las súplicas, y así (la Iglesia) quedó estupefacta cuando vio las inestimables riquezas del Señor (Textos Eucarísticos Primitivos, BAC 118, pág. 520-21).

SAN GELASIO I, PAPA (m. 496)

San Gelasio, hijo de padres africanos, nació en Roma y desde muy joven se destacó por su piedad y sabiduría en las ciencias sagradas. Ordenado sacerdote, se destacó tanto por su piedad y sabiduría que llegó a ser Papa, sucediendo a San Félix II (PG 85)

Nuestros primeros padres, cayeron porque no oraron. Confiaron demasiado en su felicidad y recibieron en vano la gracia de Dios, por no orar, lo cual no consta en ningún sitio que lo hicieran, ni que dieran gracias por los beneficios recibidos, ni que suplicaran para conservar sus privilegios, y ésta es, sin duda, la causa por la que no pudieron permanecer incólumes... De igual modo los ángeles rebeldes, presumiendo de que no necesitan nada y de que pueden bastarse a sí mismos, no aprovecharon la gracia de Dios, y porque no oraron, no pudieron conservarse en la santidad (PG, 59-117).

SAN HESIQUIO DE JERUSALEN (Siglo V).

El monje San Esiquio era muy estimado como sacerdote y predicador en la Iglesia de Jerusalén, según Teofanes el Confesor y Cirilo Scitópolis, que le llaman "teólogo de la Iglesia" y "luminaria famosísima. La Iglesia griega le venera como santo y celebra su fiesta el 28 de marzo. Murió despues del año 450.

El que sostiene combates interiores conviene que esté pertrechado de estas cuatro cosas: humildad, suma atención, resistencia y oración. (...) No dejes de invocar a Cristo en la oración continuamente desde lo profundo del corazón con gemidos indecibles. Y entonces verás que, por el nombre santo y adorable de Jesús, el enemigo con el que luchabas y sus ilusiones se disuelven

como polvo llevado por el viento o como humo que se desvanece (Centuria, I, 20).

El que no está pertrechado con la oración limpia de pensamientos carece de armas aptas para la lucha espiritual. Y hablo de la oración constante en el interior del alma, de modo que por la invocación de Jesucristo se venza la guerra interior y se expulse a los enemigos (Centuria, I, 21).

Como no es posible ver el mar Rojo en el cielo entre los astros ni que un hombre de la tierra no respire al aire, así, sin la invocación frecuente de Jesús no podemos purificar nuestro corazón de las preocupaciones y de los afectos desordenados, ni alejar de él los enemigos espirituales (Centuria, I, 28).

Si con humildad, prudencia, recuerdo de la muerte y con la súplica e invocación de Jesucristo continuamente mantienes la lucha en tu corazón y, defendido con estas armas, llevas una vida espiritual exigente, pero a la vez profundamente gozosa, alcanzarás la alta contemplación de las cosas santas y Cristo te manifestará los misterios profundos, "ya que en El están escondidos los tesoros de la sabiduría y de la ciencia" (Col. 2, 3) y "en El habita toda la plenitud de la divinidad corporalmente" (Col. 2, 9). Sentirás que Jesucristo hace saltar en tu alma el Espíritu Santo, que ilumina la mente de los hombres para que lo puedan conocer a cara descubierta, pues "nadie puede decir Señor Jesús, si no es en el Espíritu Santo" (1 Cor 12, 3), pues El confirma místicamente el objeto de nuestra búsqueda (Centuria, I, 29).

Así como la lluvia cuanto más copiosamente cae sobre la tierra tanto más mullida la hace, así el santo nombre de Cristo invocado por nosotros sin pensamientos, cuanto más frecuentemente lo invocamos, tanto más mullida hace la tierra de nuestros corazones y la llena de gozo y alegría (Centuria, I, 41).

Invocar a Jesús constantemente con el deseo de alegría y gozo hace que el alma respire gozo y tranquilidad con un profundo dominio de sí misma (Centuria, I, 89: PG 93, 1508).

La templanza y la invocación de Jesús por su misma naturaleza se apoyan mutuamente. Pues el dominio profundo pide una oración continua y la oración consigue la suma templanza y el control de los pensamientos (Centuria, I, 93: PG 93, 1509).

En nuestra alma se crea un estado divino por la continua memoria de nuestro Señor y su asidua invocación, con tal que nos preocupemos de frecuentes oraciones del alma hacia Cristo, ayunos y buenas obras. En realidad la mejor obra es invocar continuamente el nombre de nuestro Señor Jesucristo, con encendido corazón, para que podamos participar del santo nombre de Jesús (Centuria, I, 96: PG 93, 1509).

Así como antes de la lluvia el relámpago resplandece en el firmamento, así en el firmamento de nuestro corazón debe brillar continuamente el nombre de Jesucristo (Centuria II, 4: PG 93, 1512).

La oración destruye y reduce a ceniza los engaños del demonio. Pues si invocamos continuamente a Jesús Dios e Hijo de Dios, no permitirá ni el inicio del ataque, ni que se refleje la imagen del enemigo en el espejo de la mente, ni que establezca conversaciones en el corazón (Centuria, II, 72: PG 93, 1536).

Armémonos con la armadura de la oración y de la humildad y así estaremos bien preparados para la lucha contra los demonios, juntamente con la templanza, que es como una espada de fuego. Si así nos comportamos, alegres todos los días y a todas las horas, podremos celebrar la fiesta mística en nuestra alma (Centuria, II, 74: PG 93, 1536).

"Escucha, Señor, mi oración" (Ps. 54, 2). Esto lo reza Cristo; recémoslo nosotros también imitando como siervos al Señor y como pobres al que es rico. El quiere oír nuestras peticiones y no desprecia las súplicas que invocan la salvación del género humano" (In Ps. 54, 2: PG 93, 1213).

SAN FULGENCIO DE RUSPE (m. 533)

San Fulgencio, Obispo de Ruspe (Africa), muy joven, a pesar de la oposición de su madre, se hizo religioso y llevó una vida muy austera. Sufrió la persecución de los vándalos arrianos, cuyo rey Trasimundo le desterró a Cerdeña. Al morir el tirano pudo volver a su sede, recibid

con grandes aclamaciones de todo el pueblo (PL 65).

1. *¿No serían las oraciones de Esteban las que obtuvieran la conversión de Pablo?*.—Ahora Pablo se alegra con Esteban, goza con él de la gloria de Cristo, con él desborda de alegría, con él reina. Allí donde entró primero Esteban, aplastado por las piedras de Pablo, entró luego Pablo, ayudado por las oraciones de Esteban (Sermón, 3).

2. A ti te parece que cuando en la Misa se pide que venga el Espíritu Santo, se está pidiendo que venga localmente... Pues siendo así que el Espíritu Santo habita en los que adoran rectamente a Dios, ¿cómo van a pedir que les sea enviado? Por cierto que no asistirían dignamente al sacrificio si no tuvieran en sí mismos al Espíritu Santo; en el cual se nos manda hacer oración: *Orando en todo tiempo, en Espíritu, y velando con toda perseverancia y súplica* (Ef. 6, 18).

¿Cómo van a pedir que les sea enviado aquél que saben que ya les ha sido dado y permanece en ellos continuamente? ¿Es que acaso solamente está en ellos mientras no oran y al ver que van a orar se marcha? Si fuera esto así, mejor les sería no orar y tener siempre con ellos al Espíritu Santo; de donde se concluiría que no es bueno orar y que no es verdad lo que dice el Evangelio: que *es necesario orar siempre* (Lc. 18, 1). Aquí se nos manda orar en todo tiempo, y nadie que esté en su sano juicio podrá decir que, el que ora en Espíritu no tiene consigo al Espíritu Santo...

3. *Pedimos el don de la caridad:* Así, pues, como Cristo murió por nosotros por amor, al hacer conmemoración de su muerte, pedimos que se nos conceda la caridad por la venida del Espíritu Santo, pidiendo suplicantes que por aquella caridad con la que Cristo se dignó ser crucificado por nosotros, también nosotros con la gracia del Espíritu Santo, podamos tener al mundo crucificado y estar nosotros crucificados para el mundo (Gal. 6, 14)...

Y para que pidamos esto en el tiempo del sacrificio, tenemos el ejemplo saludabilísimo de nuestro Salvador, que quiso que al conmemorar su muerte, pidiésemos lo que El mismo, verdadero Pontífice, próximo a su muerte pidió para nosotros, diciendo: *Padre Santo, guarda en tu nombre a los que me diste para que sean uno como nosotros (Jn. 17, 11)...*

4. Por tanto, al ofrecer el Cuerpo de Cristo, pedimos para nosotros lo mismo que pidió para nosotros Cristo cuando se dignó ofrecerse por nosotros... Y lo que pedimos, es decir, que seamos uno en el Padre y el Hijo, lo recibimos por la unidad de la gracia espiritual que el Apóstol nos manda, diciendo: *Sobrellevaos mutuamente en caridad, solícitos por mantener la unidad del espíritu* (Ef. 4, 2)...

Ciertamente, la Iglesia santa, al pedir en el Sacrificio del Cuerpo y Sangre de Cristo que le envíe el Espíritu Santo, pide ciertamente el don de la caridad con el cual pueda *guardar la unidad del espíritu con vínculo de paz* (Ef. 4, 3). Y pues está escrito *que el amor es fuerte como la muerte* (Cant. 8, 6), pide para la mortificación de los miembros terrenos aquella caridad por la cual recuerda a su Redentor muerto gratuitamente por ella (PG 65, 795).

SAN BARSANUFO ANACORETA (m. 535)

San Barsanufo Anacoreta de los desiertos de Gaza murió hacia el año 535.

1. —Padre mío: ¿Querrías decirme cómo se adquiere la humildad para la oración perfecta, cómo hacerla sin distracciones y si es útil la lectura?

—La oración perfecta consiste en hablar a Dios sin distracción, recogiendo a la vez todos los pensamientos y todos los sentidos. Se llega a ello muriendo por los hombres, para el mundo y lo que él encierra. En la oración sólo has de decir a Dios: "¡Sálvame del malvado! ¡Que tu voluntad, *Señor,* se cumpla en mí!" Mantén tu espíritu en la presencia de Dios y háblale.

La oración se reconoce porque el hombres está libre de toda distracción con su espíritu colmado de alegría bajo la iluminación del Señor. La señal de que el espíritu ha llegado a este estado es la imperturbabilidad, incluso si el mundo entero viniere a atacarnos. Ora perfectamente aquel que está muerto para el mundo y sus placeres. Hacer cuidadosamente su obra para Dios, no constituye una distracción, sino celo según Dios. Es ventajoso leer las Vidas de los Padres, pues ello es un medio de iluminar el espíritu en el Señor.

2. —¿Es necesario emplear contra los pensamientos *importunos* la contradicción, la cólera y palabras imprecatorias?

—Las pasiones son sufrimientos. Dios no ha querido alejarlas, pero ha dicho: *"Invócame en el día de la tribulación"*. No hay otro medio para vencer las pasiones más que invocando el nombre de Dios. La contradicción solamente es buena para los perfectos, los poderosos según Dios; nosotros, los imperfectos, tenemos sólo un recurso: refugiarnos en la oración en el nombre de Jesús. Pues las pasiones son *como* demonios que huyen ante su nombre.

3. —¿Es mejor orar diciendo: "Señor Jesucristo, tened piedad de mí", o debo quizá recitar pasajes de la Sagrada Escritura y salmodiar?

—Ambas cosas son necesarias, unas veces se puede orar de una forma y otras de otra, pues está escrito: *"Es necesario hacer una cosa sin descuidar la otra"* (Mt. 23, 24).

4. —Cuando me veo distraído con pensamientos y pido ayuda a Dios, el Adversario me sugiere que existe orgullo en pensar que se hace bien tratar de acudir a Dios sin interrupción. ¿Qué debo pensar yo?

Es un hecho conocido que los enfermos necesitan del médico... Aprendamos que es necesario en las pruebas invocar al Dios de la misericordia sin interrupción... Tenemos necesidad de Dios: llamamos su nombre en nuestra ayuda contra nuestros enemigos. Nos sentimos necesitados y pedimos ayuda; estamos

en prueba y corremos a ponernos al abrigo. Aprendamos entonces que nombrar a Dios sin interrupción es un remedio que no solamente destruye toda pasión sino incluso el acto orgulloso en sí mismo. Mirad al médico: él coloca su remedio o su cataplasma sobre la herida del paciente y esto produce su efecto sin que el enfermo tenga conciencia de cómo sucedió. Del mismo modo el nombre de Dios, cuando es pronunciado, destruye todas nuestras pasiones sin que nos demos cuenta por el momento.

5. —Cuando mi corazón parece estar en reposo y libre de toda inquietud, ¿es bueno, incluso en ese momento, dedicarme a la invocación del nombre de Cristo Nuestro Señor?

—No podemos conocer una paz semejante en tanto nos consideremos pecadores. El Señor dijo: *"No hay paz para los pecadores"*. Pues si no hay paz para los pecadores, ¿qué es entonces esa paz que creemos experimentar? Temamos, porque está escrito: *"Andarán diciendo: Paz y seguridad"* y entonces, de improviso, les sorprenderá la perdición, como los dolores del parto a la mujer encinta, y no podrá escapar (1 Tes. 5, 3).

Sucede que nuestros enemigos, mediante engaños, aportan a nuestro corazón una efímera tranquilidad para impedirle invocar el nombre de Dios. Saben bien que esta invocación los paraliza. Estamos advertidos: llamemos sin tregua el nombre de Dios en nuestra ayuda. He aquí la oración. Está escrito: "Orad sin cesar" (1 Tes. 5, 17). (La Filocalia de la Oración de Jesús).

6. Hermanos, las pasiones son aflicciones; por eso el Señor no nos excomulga a causa de ellas. Al contrario, dijo: *"Invócame en el día de la angustia y te libraré, y tú me darás gloria" (Sal. 49, 15).* Como consecuencia, cuando estás sitiado por una pasión cualquiera, no puedes hacer nada más útil que invocar el nombre de Dios. Todo lo que podemos hacer, débiles como somos, es refugiarnos en el nombre de Jesús. En efecto, las pasiones, que son (como) los demonios, se retiran cuando se invoca ese nombre.

Si la actividad interior, según la voluntad de Dios, no viene en ayuda del hombre, éste se fatigará en vano exteriormente. (Sublimidad de la oración interior. Buenos Aires, 1989).

7. La fijación de las horas para la oración y la salmodia, corresponde a la tradición eclesiástica. Estas horas son apropósito para crear una comunidad de vida y de oración... En cuanto a la duración de la oración, atente a las palabras del Apóstol: *"Debéis orar siempre"* (17 Her. v. 7).

8. Sobre el reposo de la noche, te diré lo siguiente: Ora por la tarde, desde el ocaso del sol, dos horas. Termina tu oración con la doxología y duerme seis horas. Después levántate y reza Maitines y dedícate sin parar cuatro horas a la oración. Hazlo también en verano; pero la doxología y la salmodia puedes abreviarlas, por lo corto de las noches.

9. Para la buena oración se aconseja estar libre de distracciones, y verás cómo tu espíritu será iluminado por el Señor y henchido de alegría. El hombre de oración está muerto al mundo y a sus placeres. Quien por voluntad de Dios cumple a conciencia con su deber, no tiene por qué tener ninguna distracción; porque es digno de la divina asistencia... ¿Cómo puedo yo conseguir afecto del corazón durante la oración, la lectura y la salmodia? El corazón sentirá emoción si piensas en tus pecados. El que ora tiene que tener sus actos ante su vista y al mismo tiempo escuchar sobre ellos la sentencia de la divina justicia: *"Alejaos de mí, malditos, al fuego eterno"* (Mt. 21, 41). Pero si a pesar de esto, el corazón no siente emoción, no te desanimes y sigue perseverante en tu esfuerzo; porque Dios es bondadoso, generoso y magnánimo sobre nuestro deseo. Piensa siempre en la palabra del salmo: *"Con gran paciencia invoqué al Señor y él se inclinó hacia mí* (Sal. 39, 2). Aprende en todo y ten confianza en que la compasión divina, pronte te visitará (Textos de Espiritualidad Oriental).

SAN CESAREO DE ARLES (m. 543)

Consagrado obispo de Arlés en el 513, con la rigidez de monje y gravedad episcopal, escri-

bió, predicó, recordó a los fieles la moral cristiana, promulgó estatutos en los concilios, ordenó reglas para monjes, amplió la legislación canónica e impuso la disciplina eclesiástica. (PL 47).

1. Lo que debemos pedir a Dios en todo tiempo, tanto para nosotros como para los demás, es que se digne concedernos lo que sabe que conviene a nuestras almas. Y sobre todas las oraciones hemos de dirigir al Señor la del Padrenuestro, pues no debemos dudar que ésta es la oración que El mismo instituyó (Sermón 82).

2. En el Padrenuestro la invocación inicial se dirige al Padre común de todos los cristianos, los cuales, señor y siervo, emperador y soldado, rico y pobre, noble y plebeyo, son todos hermanos bajo este Padre, el cual está en los cielos, donde se nos prepara la herencia. Comenzamos pidiendo la *santificación de su nombre,* pidiendo que por medio de El nos santifiquemos nosotros, es decir, que persevere en nosotros la bautismal santificación de su nombre. Rogamos también por la *venida de su reinado,* que venga a nosotros el Reino que ha de venir a todos los santos, contándonos en el número de los santos a quienes vendrá su Reino. En la súplica por *el cumplimento de su voluntad* pedimos que le sirvamos en la tierra como le sirven los ángeles en el cielo, o también, que la tierra de nuestro cuerpo cumpla los preceptos escuchados por el cielo de nuestra alma. Y para ello pedimos seguidamente el *pan nuestro cotidiano,* identificado éste no sólo con el alimento corporal necesario, sino también con el espiritual alimento del eucarístico pan del altar, así como de la no menos necesaria palabra de Dios. En la súplica por *el perdón de nuestras deudas* rogamos que se nos perdonen los pecados cometidos después del bautismo, con tal que de corazón perdonemos siempre a quienes nos ofenden y, arrepentidos, suplican nuestro perdón. Finalmente, en la última súplica pedimos al Padre *no ser inducidos en la tentación y sí ser liberados del mal,* pues en esta vida no sólo hay tentaciones, sino que también existe el mal *(Serm. 147 Exp. Orac. Dómini.).*

3. Las vírgenes (y cualquier persona) que con el auxilio de Dios conservan casto el cuerpo, deben con su gracia aplicar todas sus fuerzas para conseguir la pureza del alma, evitando las largas conversaciones ...y ocupándose en la oración y lectura espiritual, levantándose con fervor para asistir a las vigilias de la noche, así cuando se hacen en la iglesia como cuando se hacen en cualquier otro lugar (Serm. 30).

4. Venid a la iglesia todos los domingos; pues si los infelices judíos observan con tanta exactitud el sábado, que en ese día no se ocupan de cosa alguna terrena, ¿con cuánta mayor razón debemos los cristianos ocupar en sólo las cosas de Dios el domingo y venir a la iglesia a procurar la salvación del alma? Orad, pues, en la iglesia y no estéis hablando, y escuchad con atención las divinas lecturas (Serm. 66).

5. Debéis entregaros a la lectura divina y a la oración de forma que cumpláis también con la obligación del trabajo manual, según aquello del Apóstol: "El que no trabaje, que no coma" (2 Tes. 3, 10). Hasta la hora de tercia os debéis entregar a la lectura, dedicando la mejor parte del día a la obra santa. Vuestra oración salga silenciosamente del corazón, de modo que apenas se oiga en la boca. Pues el que quiere orar en voz alta se daña a sí mismo y a los demás, porque con su palabrería perturba la oración mental del otro santa y secreta (Carta a las monjas, 7).

SEUDO DIONISIO AREOPAJITA (s. V ó VI)

Este autor que escribió sus obras con el seudónimo de Dionisio el Areopajita fue tenido en gran estima por San Máximo el Confesor y otros muchos santos hasta finales de la Edad Media, y pocas obras gozaron entre los teólogos de la época de tanto prestigio y autoridad.

Conviene, pues, que nosotros, llevados por las oraciones, o mejor, acercándonos a Dios por medio de ellas, según aquello, *Acercaos a mí y Yo me acercaré a vosotros*, dice el Señor, aprendamos sus dones, o mejor, que nos sometamos a ellos mientras los conocemos.

Porque esta misma Trinidad está presente a todos, por más que todos tratemos de acercarnos a ella al apartarnos de la afección de las cosas terrenas. Pero cuando nosotros, por medio de la oración y por la tranquilidad de nuestro espíritu, nos hacemos dignos de la unión divina, entonces es cuando propiamente también nosotros nos acercamos a Dios... Dediquémonos, pues, a las oraciones, no tanto para atraer a Dios sobre nosotros, sino más bien, para que nosotros seamos llevados hacia Dios (Lib. De los Nomb. Div. c. 3).

Y en conformidad con las Escrituras, lo que yo asimismo afirmo es que son muy útiles en esta vida las oraciones de los justos (Lib. de la Jerarq. Ecles. c. 7).

SAN BENITO ABAD (m. 547)

San Benito, según San Gregorio Magno, fue hijo de una ilustre familia; pero muy joven, abandonando los estudios y riquezas mundanas, se retiró a la soledad del monte Subiaco, donde permaneció largo tiempo entregado a la penitencia y a la oración. Habiendo sido descubierto, corrieron a su encuentro gran cantidad de jóvenes deseosos de perfección. Su caridad no pudo rechazarlos; les escribió una Regla de vida santa, y allí nació la Orden Benedictina, que tantos santos ha dado a la Iglesia (PL 66).

1. Cualquier obra buena que empieces, pide con insistente oración que El la lleve a término... Y en lo que falte a las posibilidades de nuestra naturaleza, pidamos al Señor que nos dé el auxilio de su gracia (*Regula monachorum*, prólogo).

2. Creemos que Dios está presente en todas partes, y que en todo lugar miran los ojos del Señor a los buenos y a los malos. Pero, principalmente, debemos recordarlo y tenerlo presente cuando rezamos el Oficio Divino... Consideremos, pues, con qué respeto debemos estar delante de la Majestad de Dios y de sus ángeles y comportémonos de tal manera que nuestra mente concuerde plenamente con nuestros labios.

Si cuando queremos tratar con los hombes poderosos, no nos atrevemos a hacerlo sino con señales de sumisión y respeto, ¿con cuánta mayor razón debemos ofrecer nuestras súplicas a Dios, Señor del universo, con la más pura y humilde devoción?

Por eso, debemos tener presente que, el ser oídos no depende de hablar mucho, sino de la pureza del corazón y compunción de lágrimas... (Ibíd., c. 19 y 20).

3. *El monje ha de* escuchar con gusto las lecturas santas, postrarse con frecuencia para orar, confesar a Dios cada día sus culpas con gemidos y lágrimas, y corregirse de las mismas en adelante (Ibíd c. 4).

4. El oratorio será siempre lo que su mismo nombre significa, y en él no se hará ni guardará ninguna cosa. Una vez terminada la obra de Dios, saldrán todos con gran silencio, guardando a Dios la debida reverencia, para que, si algún hermano desea orar privadamente, no se lo impida la importunidad de los demás. Y si alguno quisiere orar secretamente, entre él solo y ore; no en voz alta, sino con lágrimas y efusión del corazón. Por consiguiente, quien no proceda de esta manera, no se le permita quedarse, para que no estorbe a los demás (Ibíd. c. 52).

5. Nada se anteponga a la oración (Ibíd. c. 43).

SAN DOROTEO ABAD (m. 550)

Del abad Doroteo, superior de un monasterio de los alrededores de Gaza (540-550) existen

venticuatro discursos y ocho cartas sobre la profesión cristiana y monástica. (PG 88).

La vida ascética fuera de la gnosis, no tiene valor alguno; sólo una vida espiritual siempre consciente, una vida de unión constante con Dios por la oración, puede transfigurar nuestra naturaleza volviéndola semejante a la naturaleza divina y haciéndola participar de la luz increada de la gracia, a ejemplo de la humanidad de Cristo que apareció a sus discípulos revestida de la gloria increada en el monte Tabor. La "gnosis", la conciencia personal se acrecienta en la medida en que la naturaleza se transforma al entrar por la oración en la unión más estrecha con la gracia deificante (Doctrina XIV, 3 PG. 88, 1176-1780).

Es evidente que el hombre humilde y piadoso, sabiendo que nada bueno se puede hacer en su alma sin el auxilio y protección de Dios, jamás cesa de invocarlo para que tenga misericordia de él. Y el que ora a Dios sin cesar sabe cuál es la fuente de cualquier obra buena que realice y no podría en consecuencia sentir orgullo ni atribuirlo a sus propias fuerzas. Es a Dios a quien atribuye todas sus obras buenas, y no cesa de darle gracias e invocarlo, temiendo que la pérdida de su auxilio haga aparecer su debilidad y su impotencia. De este modo la humildad lo hace orar y la oración lo hace humilde, y cuanto más hace el bien, tanto más se humilla; y cuanto más se humilla más socorro recibe y progresa así por su humildad. (2 Conf. 38).

¿Cómo logras esto? Orando de todo corazón por el que le haya hecho mal, diciendo: "¡Oh Dios, auxílianos a mi hermano y a mí por sus oraciones!" De este modo, de un lado ora por su hermano, lo cual es un testimonio de compasión y caridad, y por el otro, se humilla pidiendo su seguridad... (8 Conf. 94).

Perturbarse cuando se combate una pasión es fruto de la ignorancia y del orgullo. Más bien debemos reconocer nuestros límites humildemente, y esperar en la oración que Dios tenga misericordia. Porque el que no es tentado y desconoce el tormento de las pasiones, no lucha ni puede ser purificado (13 Conf. 144).

El relajamiento y la despreocupación debilitan y disipan el alma; tantas tentaciones, por el contrario, traen el recogimiento y la unión con Dios. *Señor,* dice el profeta, *en la tribulación nos hemos acordado de ti* (Is. 26, 16). No debemos, por tanto, como he dicho, perturbarnos o descorazonarnos en las tentaciones, sino tener paciencia, dar gracias y pedir a Dios sin cesar, con humildad, que tenga piedad de nuestra debilidad y nos proteja contra la tentación, para gloria suya. Amén (Ibíd. 148).

SAN LEANDRO DE SEVILLA (m. 600)

San Leandro, Obispo de Sevilla, nació en Cartagena, en el seno de una familia de abolengo grecorromano, y es hermano de S. Isidoro, Obispo también de Sevilla, y de Sta. Florentina, virgen. San Leandro con su predicación e industria, y con la ayuda del rey Recaredo, convirtió a la nación visigoda, de la impiedad arriana a la fe católica.

Tu lectura ha de ser asidua, y tu oración continua. Tus horas y tareas deben estar distribuidas de modo que a la lectura siga la oración, y a la oración suceda la lectura. De tal manera debes alternar estos dos bienes sin interrupción, que nunca los dejes de la mano. Y, cuando tengas que trabajar, o por lo menos cuando tengas que tomar la refección del alimento, procura que otro lea por ti, para que, mientras las manos o los ojos están dedicados a su actividad, el don de la palabra divina siga apacentando tus oídos.

Pues si aun cuando estamos orando y leyendo, nos cuesta trabajo apartar nuestro ánimo resbaladizo de las seducciones diabólicas, ¿cómo no va a sentirse arrastrado por la pendiente de los vicios el corazón humano si no echa el freno de la lectura y la oración?

La lectura ha de enseñarte a orar y a pedir, y cuando vuelvas a la lectura tras de la oración, vuelve a examinar qué debes pedir (Reg. Mon. c. 15).

SAN GREGORIO I MAGNO, Dr. (m. 604)

San Gregorio Magno nació en Roma hacia el año 540. De joven sigue la carrera política, edificó varios monasterios y a los 31 años repartió toda su hacienda entre los pobres, y se hizo monje. A los 50 años es elegido Papa. Reforma el canto litúrgico que lleva su nombre, la supremacía de Roma, la formación del clero, la magnificencia del culto divino, etcétera, etc. Con él había nacido la Edad Media (PL 71).

1. Oigamos lo que hizo el ciego que había de ser iluminado: *Los que iban delante lo reprendían para que callase; pero él levantaba más el grito: "¡Jesús, Hijo de David, ten piedad de mí!" (Lc. 18, 39).*

Ahí lo tenéis: aquel a quien la turba reprendía para que callase, levanta más y más el grito: porque cuanto mayor sea el alboroto de los pensamientos carnales que nos acosan, tanto con mayor ardor debemos insistir en la oración.

La turba se opone a que clamemos, porque hasta en nuestras oraciones sufrimos muchas veces las representacioanes de nuestros pecados; pero, con todo, es necesario que la voz salida de nuestro corazón insista tanto más fuertemente cuanto con mayor fuerza es repelida, hasta que llegue a sobreponerse al alboroto de los pensamientos ilícitos y con el exceso de su importunidad irrumpa hasta los oídos piadosos del Señor.

Cada cual, según sospecho, echa de ver que en sí mismo sucede esto que decimos: que, cuando apartamos nuestro ánimo de este mundo y volvemos a Dios, cuando nos entregamos a la práctica de la oración, las mismas cosas que antes hicimos

siguiendo el deleite, después las sentimos importunas y pesadas en nuestra oración. Y apenas si, a fuerza de santos deseos, se consigue sobreponer a sus representaciones.

2. Pero cuando insistimos fervorosamente en nuestra oración, detenemos en la mente a Jesús que va de paso. Por eso se dice allí: *Parándose entonces Jesús, mandó traerle a su presencia.* Ved aquí cómo se para quien antes iba de paso; porque mientras todavía padecemos las turbas de las representaciones, en algún modo sentimos a Jesús que pasa; mas cuando insistimos fervorosos en la oración, Jesús se para a fin de restituirnos la luz, porque Dios se fija en el corazón y se recobra la luz perdida...

3. Y debe notarse lo que Jesús dice al ciego: "*¿Qué quieres que te haga?* " ¡Cómo! ¿Acaso el que podía dar la vista ignoraba lo que el ciego quería? No; pero se lo pregunta porque para conceder sus gracias quiere que se las pidan. Por eso aconseja tan reiteradamente la oración. No para enterarse, porque *bien sabe vuestro Padre celestial lo que necesitáis antes de que se lo pidáis.* Pero, no obstante, pregunta para que se le pida, para incitar al corazón a que ore (Hom. Ev. L. 1 Hm. 2).

4. El Señor dijo: "*Cuanto pidiereis al Padre en mi nombre, os lo concederá*" (Jn. 16, 23).

Notemos, pues, que el nombre de Jesús, significa *Salvador.* Luego no se pide en nombre de Jesús, cuando no se piden cosas convenientes para la salvación.

Por eso, a continuación, dijo a los Apóstoles: "*Hasta ahora no habéis pedido nada en mi nombre*". Como si claramente dijera: "Hasta ahora no habéis pedido nada en nombre del Salvador, porque nada habéis pedido para vuestra eterna salvación (Hom. Ev. L. 2, Hm. 7).

5. Si todo lo que pedimos en nombre del Hijo nos lo concede el Padre, ¿cómo es entonces que Pablo rogó por tres veces al Señor y no mereció ser oído, sino que se le dijo: *Te basta m*

gracia, porque *la virtud se perfecciona en la debilidad?* (2 Cor. 12, 9). ¿Acaso tan egregio predicador no pidió en nombre del Hijo? ¿Por qué, pues, no consiguió lo que pedía? ¿Cómo es entonces verdad que el Padre nos da todo lo que pidiéramos en nombre del Hijo, si el Apóstol pidió en nombre del Hijo que se le quitara el espíritu de Satanás y, con todo, no consiguió lo que pedía?

6. Repetimos: el nombre del Hijo es Jesús, y Jesús significa *Salvador* o saludable; según esto, pide en nombre del Salvador quien pide lo pertinente a la verdadera salud; mas si se pide lo que no conviene, no se pide al Padre en el nombre de Jesús... Por eso no es escuchado Pablo, porque, si se viera libre de la tentación, no le aprovecharía para la salud (Lib. 11, Hm. 7).

7. El poder de la oración está en la grandeza de la caridad, y todos consiguen lo que rectamente piden cuando al orar no se halla su alma ofuscada por el odio...

Decimos: *Perdónanos nuestras deudas, así como nosotros perdonamos a nuestros deudores.* Por lo tanto, como el mismo que compuso esta oración es quien la oye, o perdonamos nosotros para que se nos perdone, o tenemos que suprimir esta cláusula del Padrenuestro...

¿Pues qué tenemos que hacer? Amar a nuestros hermanos con afecto de caridad, para que así Dios omnipotente tenga en cuenta nuestra caridad con el prójimo y nos dispense su piedad de acuerdo con lo que nos manda: *Perdonad y se os perdonará.*

Ved, pues, qué es lo que se nos debe, y qué es lo que nosotros debemos: así que perdonemos lo que se nos debe (Ibíd).

8. El alma del hombre recto, al buscar en la oración el remedio de sus heridas, se hace tanto más acreedor a ser escuchado por Dios, cuanto más rechazado se ve de la aprobación de los hombres (Moralia, 6).

9. Cuando se llama continuamente en la oración, se concede pronto auxilio en la tentación (Hom. 35).

10. Si tú no fueres oído la primera vez que rogares, no aflojes en la oración, antes entonces insiste más en los ruegos, entonces levanta más que nunca la voz a Dios: porque el Señor quiere ser rogado, quiere ser violentado, quiere ser vencido de nosotros con una santa importunidad (Lib. 11, Hm. 7).

Dios quiere que le roguemos, quiere que le hagamos violencia, quiere ser vencido de nosotros por nuestra importunidad. Por esta razón os dice: "*El reino de los cielos padece violencia, y los que la emplean, de él se apoderan*".

Sed, pues, asiduos en la oración; Sed importunos en vuestras súplicas; cuidad de no desanimaros en la oración (Cit. por B.M.S.).

Dios quiere darnos la perseverancia, pero para eso quiere ser importunado y como obligado por nuestros ruegos (Cit. por S. Ligorio).

11. También la misma predestinación del reino eterno, de tal forma ha sido dispuesta por Dios omnipotente, que los elegidos lo consiguen con su esfuerzo, en cuanto orando, merecen recibir todo lo que Dios desde la eternidad tiene dispuesto concedernos (Dialg. L. 1. c. 8).

12. A fin de poder alzar la frente limpia de pecado para la oración (cfr. Job 11, 15), hay que reflexionar antes de la oración cualquier cosa que pueda ser reprobada en la misma oración. El alma se ha de apresurar a mostrarse antes y después de la oración como le gusta aparecer ante el Juez en el momento de la oración. Pues a veces pensamos en cosas inmundas o ilícitas cuando no oramos y al emprender la mente el ejercicio de la oración, sufre el acoso de aquellas imágenes en las que antes se entretenía ociosa. Y entonces el alma es incapaz de levantar la frente a Dios porque le da vergüenza al verse manchada de sucios pensamientos. A menudo nos deleitamos en las preocupaciones mundanas y cuando intentamos después el ejercicio de la oración, la mente no puede elevarse a las cosas celestiales porque el peso de la solicitud terrena le empuja hacia abajo. Y no se muestra la frente limpia en la oración porque está manchada por el barro de los pensamientos bajos (Morales, 10, 15).

13. No pueden contemplar la Sabiduría de Dios los que se consideran sabios, pues están tanto más lejos de su luz cuanto menos humildes son. En la medida que crece en sus almas la hinchazón de su soberbia, disminuye la agudeza para la contemplación. Si deseamos ser verdaderamente sabios y contemplar a la Sabiduría misma, hemos de reconocernos necios humildemente. Abandonemos la nociva sabiduría y aprendamos la honorable necedad. (Morales, 27, 46).

14. Nuestro Redentor es llamado piedra angular porque entre otras cosas nos da ejemplo de ambas vidas: la activa y la contemplativa. Las dos son muy distintas, pero nuestro Redentor encarnado, al ejercitar ambas las unió, pues si hacía milagros en la ciudad, pasaba la noche en el monte en continua oración. Así dio ejemplo a los suyos para que no descuiden la atención al prójimo por dedicarse a la contemplación ni abandonen el ejercicio de la contemplación por entregarse inmoderadamente a cuidar del prójimo, sino que vivan unitariamente ambas realidades, de forma que el amor del prójimo no preceda al amor de Dios, ni el amor de Dios, aunque sea superior, se olvide del amor del prójimo. (Morales, 28, 13).

15. Los santos, aunque tengan que salir de la presencia del Creador, cuya claridad intentan contemplar, para dedicarse al ministerio de la vida activa en favor nuestro, sin embargo vuelven de nuevo sin cesar al ejercicio santo de la contemplación y así se derraman exteriormente como ríos a través de las palabras que llegan hasta nuestros oídos, pero en el silencio del alma vuelven siempre a penetrar en la misma fuente de la luz. (Morales, 30, 2).

16. No podemos alcanzar la cima de la contemplación si no abandonamos el peso de las preocupaciones exteriores, ni nos podemos conocer a nosotros mismos llegando a descubrir que hay en nosotros una parte racional que ha de ser la rectora y una parte animal que debe ser regida, si no recurrimos al secreto del silencio adormeciéndonos a toda perturbación externa. Este nuestro

silencio está figurado en el sueño de Adán, de cuyo costado salió la mujer, pues todo el que se adentra en la contemplación interior, cierra los ojos a las cosas visibles. (Morales, 30, 16).

17. Hay dentro de la Santa Iglesia algunos que dirigen a Dios largas súplicas, pero no llevan vida de suplicantes. Sus peticiones están conformes a las promesas celestes, pero sus obras las ahuyentan. A veces incluso derraman lágrimas en la oración, pero después de la oración, cuando la soberbia tienta su alma, se hinchan de orgullo y arrogancia; cuando la avaricia les instiga, pronto arden en las llamas de pensamientos avaros, cuando la lujuria les incita, enseguida están anhelando en deseos ilícitos; cuando la ira les solicita, pronto la llama de la cólera destruye la mansedumbre de su alma. Lloran en la oración, pero una vez acabada, cuando son tentados por los vicios, ya no se acuerdan de llorar por el deseo del Reino eterno (...). La oración no tiene peso de virtud si no la mantiene la perseverancia del amor continuo. (...) Orar con verdad es emplear gemidos amargos de compunción y no palabras bien compuestas (Morales, 33, 23).

SAN MODESTO (m. 634)

Sobre San Modesto, Patriarca de Jerusalén, véase Migne LXXXVI, 2, 3273-3312, cod. 275.

María es nuestra intercesora ante Dios. —Salve, oh perpetuo y divino auxilio de los que piadosamente veneraron a Dios... Dios te ha tomado consigo para que fueses ante El nuestra intercesora... Salve, oh refugio de los mortales ante Dios; pues El decidió tenerte consigo para que por tus ruegos ser siempre propicio con nosotros *(Melús. Orar con María).*

SAN JUAN CLIMACO (m. 635)

San Juan Clímaco a los dieciséis años se retira a las soledades del Sinaí y hace vida

solitaria de anacoreta entregado al trabajo, la penitencia y la oración. Su fama de santidad le atrae innumerables monjes que le nombran abad. Más tarde escribe para ellos la Escala del Paraíso, *libro que lo coloca entre los escritores más eminentes de la Iglesia Oriental.*

1. La oración es, en cuanto a su naturaleza, la conversación y la unión del hombre con Dios, y, en cuanto a su eficacia, la madre de la gracia, el perdón de los pecados, puente para pasar las tribulaciones, muro para resistir a las tentaciones, cuchillo para vencer en las batallas, ejercicio y obra de ángeles, principio de la alegría del cielo, obra que nunca se acaba, fuente de las virtudes, ministra de las gracias, aprovechamiento invisible, mantenimiento del alma, luz del entendimiento, destierro de la desconfianza, estribo de la esperanza, arma contra la tristeza, riqueza de los monjes y tesoro de la vida solitaria...

Para el que ora verdaderamente, la oración es la corte de la justicia, la sala del juicio y el tribunal del Señor antes del juicio futuro.

2. Levantémonos y escuchemos lo que nos grita en voz alta esta santa reina de las virtudes: *"Venid a mí los que estáis fatigados y Yo os daré descanso. Tomad sobre vosotros mi yugo y aprended de mí que soy manso y humilde de corazón y hallaréis descanso para vuestras almas. Porque mi yugo es suave y mi carga ligera* (Mt. 11, 28-30). Es un remedio soberano para los grandes pecados.

3. Si queremos permanecer ante nuestro Rey y nuestro Dios, y conversar con El, no podemos ponernos en camino sin preparación; pues si nos ve desde lejos, desprovistos de las armas y de las vestimentas que convienen a sus soldados, ordenará a sus ministros que nos carguen de cadenas y nos lleven lejos de su presencia...

4. Cuando vayas a presentarte ante el Señor, la túnica de tu alma debe estar totalmente tejida con el hilo de la ausencia del

rencor. De otra manera, no obtendrás ningún beneficio de la oración.

5. La tela de tu oración debe ser de un solo color. El publicano y el hijo pródigo se reconciliaron con Dios a través de una sola palabra.

6. Permanecer ante Dios es común a todos los que oran; pero la oración presenta muchas variedades. Algunos se dirigen a Dios como a un amigo y a un maestro, ofreciéndole sus alabanzas y sus súplicas, no para ellos, sino para otros. Algunos piden un acrecentamiento de riqueza espiritual, de gloria y de confianza filial. Algunos le suplican que los libre completamente del adversario. Otros, que les sea otorgado algún favor, y otros piden ser librados de toda preocupación con respecto a sus faltas. Algunos piden la liberación de la prisión, el perdón de sus crímenes.

7. Escribamos en el pergamino de nuestra oración, antes que cualquier otra cosa, la acción de gracias sincera. En segundo lugar, la confesión de nuestras faltas y una contrición del alma sentida profundamente. Luego, presentemos nuestra demanda al Rey del Universo. Es la mejor manera de orar, como se lo reveló un ángel del Señor a uno de nuestros hermanos.

8. Si has tenido que comparecer ante un juez terrenal, no necesitas otro modelo para tu actitud ante la oración. Pero si jamás has sido juzgado o si no has asistido al proceso de otros acusados, instrúyete en todo caso, acerca de cómo los enfermos que van a ser amputados o cauterizados imploran a los cirujanos.

9. Cuando vayas a la oración, no andes buscando palabras complicadas, pues el simple balbuceo, sin variedad, de los niños, ha tocado a menudo al Padre de los cielos.

10. Cuando ores no hables demasiado, no sea que, mientras buscas qué decir, se distraiga la mente. Una sola palabra del

publicano aplacó a Dios, y un solo grito de fe, salvó al ladrón. La locuacidad en la oración dispersa al espíritu y lo llena de imágenes, mientras que la repetición de una misma palabra le permite concentrarse.

11. Si una palabra de tu oración te llena de dulzura o de compunción, permanece en ella, pues nuestro ángel custodio está allí orando con nosotros.

12. No confíes demasiado, si crees que has adquirido cierta pureza; acércate mejor con profunda humildad y recibirás una confianza todavía más grande.

13. Aunque hayas superado ya todos los grados de las virtudes, pide, sin embargo el perdón de los pecados. Escucha lo que dice Pablo al hablar de los pecadores: *"El primero de ellos soy yo"* (1 Tm. 1, 15).

14. El aceite y la sal sazonan la comida; la templanza y las lágrimas dan alas a la oración.

15. Si estás revestido de dulzura y libre de todo enojo, no penarás mucho para librar tu espíritu de su cautiverio.

16. Mientras no adquiramos la oración verdadera, nos pareceremos a aquellos niños que comienzan a caminar.

17. Esfuérzate para elevar tu pensamiento, o mejor, para encerrarlo en las palabras de tu oración; y, si a causa de su estado infantil, se debilita y cae, condúcela allí de nuevo. La inestabilidad es característica del intelecto; pero Dios tiene el poder de volver todo estable. Si perseveras infatigablemente en este combate, Aquel que puso los límites al mar de tu intelecto vendrá y te dirá durante tu oración: *"Llegarás hasta aquí y no más allá"* (Job, 38, 11). El espíritu no puede estar encadenado; pero todo está sometido al Creador del espíritu.

18. Si has contemplado como se debe al Sol, también podrás conversar con él como conviene. Si no, ¿cómo puedes relacionarte sin mentiras con aquel que no has visto?

19. El comienzo de la oración consiste en rechazar por medio de una sola palabra los pensamientos en el mismo momento en que se presentan. El estado intermedio consiste en mantener nuestro pensamiento en lo que decimos o pensamos. Y su perfección es el éxtasis en el Señor.

20. La exultación que sobreviene en el tiempo de la oración en los que viven en comunidades, es una; otra es la que se produce en los que oran en la soledad. La primera puede estar un poco mezclada con la imaginación, pero la segunda es totalmente llena de humildad.

21. Si ejercitas continuamente tu intelecto para que no divague, estará cerca de ti, incluso durante las comidas. Pero si vagabundea sin ser detenido, no permanecerá jamás a tu lado.

22. Un gran trabajador de la oración perfecta y sublime, dijo: "*Prefiero decir cinco palabras con mi mente*" (1 Cor. 14, 19). Pero una oración de tal naturaleza, es extraña para las almas que se encuentran todavía en la infancia. Nosotros, que además somos imperfectos, necesitamos no sólo la calidad, sino una cantidad abundante de palabras para nuestra oración. Mediante la cantidad, se consigue la calidad. Se ha dicho, en efecto: "El da una oración pura a aquel que ora asiduamente, incluso si su oración está llena de distracciones y es pesada".

23. Una cosa es la bajeza de la oración, otra la extinción, otra el robo, otra el engaño. La bajeza o suciedad es cuando, en medio de las plegarias santas, se revuelven absurdos pensamientos en el corazón. La extinción es cuando, bajo la oración, la mente se ve arrastrada como cautiva hacia preocupaciones inútiles. El robo es cuando la mente va vagando inútilmente. El engaño es cualquier ímpetu que se desborda contra nosotros,

cuando oramos. La oración no es otra cosa que el apartamiento de todo el mundo, tanto corpóreo como incorpóreo, tanto del que vemos como del que no vemos.

24. Si no estamos solos en el momento de la oración, adoptemos dentro de nosotros la actitud de súplica. Si no hay nadie con nosotros que pueda alabarnos, adoptemos, incluso exteriormente, la actitud del que suplica. Pues en los que son imperfectos, a menudo el intelecto adopta la forma del cuerpo.

25. Para todos, pero especialmente para aquellos que van al Rey para obtener de El la remisión de sus faltas, es necesaria una inexpresable contrición.

26. Mientras estamos todavía en prisión, escuchemos a Aquel que habló así a Pedro: "*Levántate a prisa, y cayeron las cadenas de sus manos*", cíñete a la obediencia, aleja de ti tu voluntad y así despojado acércate al Señor en la oración. Entonces recibirás al Dios que gobierna tu alma (Hech. 12, 8).

27. Resucita del amor del mundo y de los placeres, sepárate de las preocupaciones, despoja tu pensamiento, renuncia a tu cuerpo; la oración no es otra cosa que el olvido del mundo visible e invisible. "*¿Quién hay para mí en el cielo? Estando contigo no hallo gusto ya en la tierra*" (Sal, 72, 25). No deseo otra cosa que unirme continuamente a ti en una oración sin distracción. Unos deseean las riquezas, otros, la gloria, y otros, grandes bienes, pero mi bien es estar junto a Dios; he puesto en el Señor la esperanza de la impasibilidad de mi alma (Sal. 72, 28).

28. La fe da alas a la oración; sin ella no podemos volar al cielo.

29. Nosotros, que estamos sujetos a las pasiones, oremos al Señor con insistencia; pues todos los impasibles pasaron de la sujeción a las pasiones, a la impasibilidad.

30. El juez no teme a Dios, porque es Dios; pero si el alma se convierte en viuda de El por sus pecados y caídas y lo importuna, El hará justicia de su adversario, el cuerpo, y de los espíritus que combaten contra ella (Lc. 18, 1-7).

31. Nuestro Dios, pleno de bondad y sabiduría, atrae con su amor a las almas agradecidas, escuchando sus demandas con prontitud; pero a las almas ingratas, como a perros, los deja rezar mucho tiempo ante El intencionadamente, con hambre y sed de ser escuchados; pues los perros ingratos dejan a su benefactor en cuanto han obtenido su pan.

32. Después de haber perseverado por mucho tiempo en la oración, no digas que no has llegado a nada; pues ya has obtenido un resultado. ¿Qué mayor bien, en efecto, que el de unirse al Señor y perseverar sin descanso en esta unión con El?

33. Un criminal tiene menos temor ante la sentencia de su condena que un hombre que sabe lo que es la oración en el momento de orar. Por eso, si es sabio, el recuerdo de este temor lo llevará a soportar injurias, a rechazar la cólera, toda preocupación, toda tribulación, toda satisfación de su apetito, todo pensamiento malo y todo lo que distrae.

34. Prepárate para una oración incesante del alma en los momentos en que te consagras a la oración, y harás rápidos progresos. He visto algunos que brillaban por su obediencia y que se esforzaban tanto que podían conservar en su intelecto el pensamiento de Dios. En el momento de la oración podían recoger en seguida su espíritu y derramar torrentes de lágrimas porque estaban preparados de antemano para la santa obediencia.

35. Cuando la salmodia es comunitaria, está acompañada de distracciones y divagaciones; lo que no ocurre si es individual. Pero entonces la apatía nos hace la guerra, mientras que en la comunidad viene a ayudarnos la emulación.

36. La guerra hace conocer el amor del soldado por su rey; el tiempo y la práctica de la oración revelan el amor que el monje tiene a Dios.

37. Tu oración te hará conocer el estado de tu alma. Los teólogos, en efecto, llaman a la oración el espejo del alma.

38. Quien está realizando cualquier tarea y continúa haciéndolo cuando llega la hora de la oración, es un juguete de los demonios. Pues el objetivo de estos ladrones es cambiarnos una actividad por otra.

39. No te niegues cuando alquien te pida que reces por su alma, incluso si no posees la oración; pues, a menudo, la fe del que pide salva al mismo tiempo al que ora por él con contrición.

40. No te enorgullezcas si tu oración por otro es escuchada; pues es su fe la que fue poderosa y eficaz.

41. Todo niño es interrogado cada día infatigablemente por su maestro acerca de lo que le enseñó; de la misma manera, el intelecto es interrogado con razón cada vez que ora, acerca de lo que ha hecho con la fuerza que recibió de Dios. Estemos, pues, atentos.

42. Una vez que hayas orado con atención, apresúrate a combatir los movimientos de cólera. Pues allí quieren conducirnos nuestros enemigos. Debemos practicar todas las virtudes siempre y, sobre todo, dedicarnos a la oración con profundo sentimiento interior. El alma ora con este sentimiento cuando domina su irascibilidad.

43. Lo que se obtuvo por una oración frecuente y prolongada, es a prueba del tiempo.

44. Quien ha encontrado al Señor, ya no se propondrá más ese objetivo en su oración, pues el propio Espíritu intercede por él en su corazón con gemidos inefables (Rm. 8, 26).

45. Durante la oración no admitas ninguna imagen sensible para no caer en el extravío.

46. La certeza íntima de que todas nuestras demandas son escuchadas, se nos presenta claramente en la oración. La certeza íntima es la resolución de nuestras dudas. La certeza íntima es una manifestación indudable de lo que es manifiesto.

47. Debes ser extremadamente misericordioso, tú que te dedicas a la oración. Pues en la oración los monjes recibirán cien por uno; y el resto, lo tendrán en la vida eterna (Mt. 19, 29).

48. Cuando el fuego reside en el corazón, resucita la oración y cuando ésta se despierte y suba al cielo, descenderá el fuego en el cenáculo del alma (Hech. 2, 3).

50. Un excelente caballo, a medida que avanza en la carrera, se enardece y se anima más y más. Por carrera quiero decir salmodia, y por caballo un intelecto valiente. El olfatea de lejos el combate (Job. 39, 25), se encuentra preparado y se muestra enteramente convencido.

51. Es cruel quitarle el agua de la boca al que tiene sed; pero todavía es más cruel para un alma que ora con compunción, el ser arrancada de esa oración tan deseable antes de que termine completamente.

52. No abandones la oración antes que hayas visto cesar el fuego y el agua por una disposición divina. Pues quizás no se presente más en toda tu vida una ocasión parecida para obtener la remisión de tus pecados.

53. A veces quien ha recibido el sabor de la oración, mancilla su intelecto al dejar escapar una sola palabra desconsiderada, y cuando regresa inmediatamente a la oración suele ocurrir que no encuentra en ella lo que deseaba.

54. Algunos vigilan asiduamente el corazón, y otros hacen que el corazón vigile al intelecto, gobernador y gran sacerdote que ofrece a Cristo sacrificios espirituales. Cuando el fuego santo y celestial viene y permanece en el alma de los primeros, como dice uno de aquellos que fueron denominados teólogos, los quema porque no están perfectamente purificados, en tanto que ilumina a los segundos según la medida de su perfección. Pues el fuego es sólo uno: fuego que consume y luz que ilumina. Por eso, algunos concluyen la oración como si salieran de una hoguera ardiente, y se sienten aliviados de todo lo que es material y de toda mancha, mientras que los otros resplandecen y están revestidos con un doble manto: el de la humildad y el de la alegría. Pero los que concluyen la oración sin haber experimentado ninguno de estos efectos, rezaron sólo con la boca, por no decir hipócritamente.

55. Si un cuerpo ve modificada su propia manera de obrar cuando está en contacto con otro cuerpo, ¿cómo podría permanecer igual el que toca el cuerpo de Dios con manos puras?

56. Vemos que nuestro Rey tan bondadoso, como un rey de la tierra, distribuye sus dones a sus soldados: lo hace El mismo, a través de un amigo, a través de un esclavo o de una manera secreta. Esto siempre se producirá en proporción a la túnica de humildad que llevemos.

57. Un rey de la tierra se sentirá profundamente descontento al ver a un hombre que, en su presencia, da vuelta su rostro y conversa con sus enemigos. De la misma manera, merece la aversión del Señor quien acoge pensamientos impuros en el momento de la oración.

58. Cuando se aproxime el perro, domínalo con tu bastón y, aunque se presente a menudo, no cedas jamás.

59. Pide a través de la aflicción, busca a través de la obediencia y llama a través de la penitencia. Pues quien pide así, recibe; quien busca, encuentra, y a quien llama, se le abrirá (Mt. 7, 8).

60. No multipliques tus intercesiones en la oración por una mujer, para no ser sorprendido.

61. No intentes confesar en detalle y tal como son, las faltas carnales, para no tenderte emboscadas a ti mismo.

62. No emplees el tiempo de la oración reflexionando acerca de cosas necesarias o asuntos de orden espiritual, pues perderás la mejor parte.

63. Quien mantiene sin descanso el bastón de la oración, no tropezará. E incluso si cae, su caída no será definitiva. Pues la oración es una piadosa violencia ejercida por Dios (Lc. 11, 5-8; 18, 1-8).

64. No podemos juzgar la utilidad de la oración por las embestidas que nos libran los demonios, y juzgar sus frutos por la derrota del enemigo. *"En esto sabré que eres mi amigo: si mi enemigo no lanza más su grito contra mí" (Sal, 40, 12).* Es decir: con la boca, con el alma y con el espíritu. Pues *allí donde están dos reunidos, allí está Dios en medio de ellos"* (Mt. 18, 20).

65. No todos tienen las mismas necesidades, ni en lo que concierne al cuerpo, ni en lo que concierne al espíritu. Para algunos es conveniente ir más rápidamente; para otros, tomar su tiempo para la salmodia. Los primeros luchan contra las distracciones, los otros, contra la ignorancia.

66. Si hablas al Rey constantemente de tus enemigos, ten confianza cuando te ataquen. No tendrás que penar, pues se retirarán rápidamente por sí mismos. Estos espíritus malvados no quieren verte obtener un premio por los combates que libras contra ellos a través de la oración. Es más, flagelados por tu oración, huirán como del fuego.

67. Ten ánimo y tendrás al propio Dios como maestro de oración. Es imposible aprender y ver por medio de palabras, porque ver es un efecto de la naturaleza. Es completamente imposible también aprender la belleza de la oración a través

de la enseñanza de otro. La oración solamente se aprende en la oración y tiene a Dios por maestro, *"que enseña al hombre el saber"* (Sal. 93, 10), que otorga el don de la oración a aquel que ora y *"guarda los pasos de sus fieles"* (1 S. 2.9). Amén (Escala del Paraíso, Grada, 28. PG 88, 1130-1147).

Resumen de la Grada, 18

1. El sueño repara las fuerzas de la naturaleza...

2. Pero así como los que beben mucho se han de vencer poco a poco, del mismo modo los que están acostumbrados a dormir demasiado, han de luchar contra este hábito...

3. Cuando los monjes acuden a la oración, también acuden invisiblemente multitud de demonios y hacen todo lo que pueden para distraerlos...

El que piensa que está en la presencia de Dios y ora con verdadero sentimiento, se mantendrá inmóvil como una columna, y ninguno de los demonios de los que hemos hablado podrá escarnecerlo.

4. El verdadero obediente es ennoblecido por Dios cuando llega a la oración, y allí es maravillosamente consolado. Antes de orar se prepara como un luchador para resistir los pensamientos extraños, y en mérito a ello es encendido y abrazado a su amor.

5. A todos les es posible orar en comunidad; muchos prefieren hacerlo con un solo compañero animado del mismo espíritu; pero la oración solitaria es para muy pocos.

6. Cuando cantes en el coro, te será imposible ofrecer una oración libre de otros pensamientos. Pero ocupa tu pensamiento en las palabras que se cantan y di una oración en espera del verso que sigue.

7. No mezcles el tiempo de la oración con otra ocupación. Da a cada cosa su tiempo. Esto es lo que el ángel enseñó al gran Antonio.